

**DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN**

**CEIP Santo André de Xeve-CEIP Pedro Antonio Cerviño-EEI de Verducido**



**CUESTIÓNS A TER EN CONTA COS NENOS E NENAS EN CASOS  
DE SEPARACIÓN DOS PAIS**

A separación dos pais é sempre para os fillos e fillas unha experiencia dolorosa, cando non traumática. Salvo contadas excepcións, á separación chégase despois de decepcións, discusións e moita tensión na vida familiar, da que o neno ou a nena é testemuña, aínda que sexan moi pequenos.

A separación tamén implica un **cambio significativo para a vida dos nenos e nenas**. De cómo actuedes os pais despois da separación, depende que sexa unha experiencia traumática, que dea lugar a diferentes problemas, ou que pola contra, sexa asimilada e dalgunha forma, se minimicen os danos. Estas son algunhas CUESTIÓN BÁSICAS que debemos ter en conta con respecto aos nosos fillos e fillas en caso de producirse unha separación, de tal forma que a mesma lles afecte o menos posible:

- ✚ É fundamental que os pais saiban desvincular os seus problemas como adultos (procesos xudiciais, réxime de custodia, etc.) das necesidades dos seus fillos e fillas ante unha separación. É dicir, independentemente das nosas diferenzas persoais, habemos de ser capaces de consensuar un **proxecto educativo común**. Os nenos e nenas deben percibir complicidade e compromiso incondicional dos seus proxenitores cara a eles aínda que xa non vivan xuntos. Os danos que se lle adoitan infrinxir, como a síndrome de alienación parenteral, teñen consecuencias moi negativas para o seu benestar e equilibrio psicolóxico.



- ✚ Unha das peores situacións que se pode producir é que un dos pais intente **manipular ao fillo en contra do outro** (falarlle mal, culpabilizar á outra parte, crear incertezas, etc.). Dende a perspectiva do neno ou nena seguen sendo o seu papá e a súa mamá. Polo tanto, calquera comentario negativo que fagades contra calquera deles, será doloroso para o neno ou nena. Se os comentarios proveñen de avós ou tíos, tedes que explicarlles as consecuencias destes comentarios.

- ✚ Tamén que algún deles (quizais con maior poder adquisitivo) o **encha de regalos ou xoguetes para gañar o seu afecto**. O afecto dos fillos só se gaña dedicándolles tempo, comprensión e afecto incondicional, nunca con bens materiais exclusivamente. Tratar de gañar o seu afecto ou recoñecemento con regalos ou similares adoita ser contraproducente. Peor aínda, se con iso tratades de compensar outras actitudes que deberíades manter como pai ou nai. En pouco tempo, descubrirá a estratexia e simplemente valerase dela para chantaxeavos.



- ✚ Evidentemente deberemos **evitar calquera discusión diante deles** e crear máis angustia. Non obstante, dende o mesmo momento da separación deberemos falar cos nosos fillos e **resaltar especialmente aquilo que nos une máis que o que nos separa**. Explicar (adecuándoo á súa idade) a decisión tomada e que, en todo caso, eles van seguir dispoñendo incondicionalmente dos seus pais. Que é moito o que os une e seguirá unindo. Evitar excesivos detalles das súas causas. Tedes que deixarlles claro que a vida de parella rematou e non podedes alimentar ningunha posibilidade nin esperanza de reconciliación.

En nenos pequenos, é normal que non entendan que a decisión é definitiva e sigan preguntando cando ides volver vivir xuntos. **Procurar tamén que os fillos non se sintan nunha ou outra medida culpables da situación**: Debedes deixar moi claro ao neno ou a nena que se trata dunha decisión que tomades os pais, como "maiores" e que eles non teñen nada que ver nesa decisión, que non influíron nin o seu comportamento, nin o seu rendemento nos estudos... eles están á marxe.



- ✚ **Non caer no erro de utilizar ao neno ou nena como mensaxeiro ou espía** do que sucede na casa do outro proxenitor. Tratar de sonsacarlle información da ex parella, que fai, con quen está... pode ser especialmente perxudicial para o neno ou a nena.

**Obrigádeslle a delatar ao outro, a ser desleal e dalgunha forma, a tomar partido por un dos membros da parella**. Isto é especialmente doloroso, porque **adoita provocar sentimentos de culpa** e de traizón no neno ou nena.

- ✚ **Manter informada á exparella**: Aínda que o neno ou nena pase a maior parte do tempo cun dos membros da parella, a outra debe estar informada das circunstancias máis relevantes. Isto implica informar sobre o tema dos estudos, visitas ao médico, problemas de saúde, actividades de tempo libre... Cos medios de comunicación dispoñibles hoxe en día, non hai excusa para non o facer. A comunicación debe basearse en manter informada a outra parte, non solo nun medio de demandar axuda económica.

- ✚ Recordemos que a separación nos fillos, especialmente nos máis pequenos, produce unha perda dos referentes principais que os manteñen seguros diante do mundo exterior. A súa forma de reaccionar, segundo idade, pode pasar dun incremento de medos, inseguridade e baixa autoestima a manifestacións de tipo conductual (rabechas desobediencia, etc.). A forma, pois, de combatalo é precisamente **reforzando a vinculación afectiva**. Unha forma de facelo é manter uns espazos comúns nos momentos de transición dun fogar ao outro. Por exemplo, é habitual que a nai deixe ao neno ou nena pola mañá na escola e pola tarde recolle o pai. Na medida do posible aconséllase que durante a transición de fogar ambos os dous pais dediquen un espazo común (aínda que sexa curto) para intercambiar información do neno ou nena e transmitir a sensación de complicidade e interese polo seu futuro. Isto pode facerse mediante unha breve merenda ou encontro nalgun parque.



- ✚ Outro dos problemas que adoitan xurdir é o **papel das novas parellas** dos respectivos pais. Estas figuras poden establecer tamén vínculos afectivos cos fillos das súas parellas pero tamén ser unha fonte de problemas se cuestionan algúns dos principios educativos establecidos polos pais. En todo caso non podemos impoñer a aceptación da nosa nova parella aos fillos e forzar un novo pai ou nai. Non obstante, a vinculación afectiva cara a uns ou outros dependerá dos recursos que cada un dedique ao neno e así o perciba.

- ✚ A separación produce ao igual que outras perdas na vida un **proceso de do (duelo)**. O período de duración dependerá de cómo se afrontou por parte dos diferentes axentes e da idade do neno. Normalmente antes dun ano os nenos adóitanse adaptar á súa nova situación e non deberían presentar problemas significativos ao respecto.

- ✚ O ideal é que os pais consensuedes e manteñades unhas **normas básicas** na educación do voso fillo ou filla. Estas normas refírense aos estudos, horarios, hábitos, normas de comportamento e límites, á marxe de con quen estea. É posible que estas normas sexan flexibles en determinados períodos, como vacacións ou fins de semana, pero isto tamén debería consensuarse e despois explicárllo aos fillos.

- ✚ Como pai ou nai, o que en realidade o voso fillo ou filla necesita é que lle poñades atención, que o teñades en conta, que lle dediqueades tempo, que vos impliqueades na súa vida e intereses, que sexades respectuoso con él ou ela, coa vosa ex parella, que lle esixades, que poida presumir de papá e mamá e que os sigades querendo e amando.